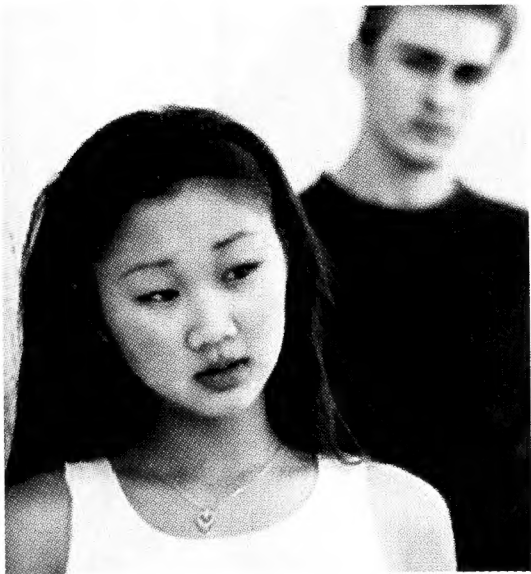


បេរោគហ៊ីវ និង ជំងឺអេដស៍: តើធ្វើអោយអ្នកគ្រោះថ្នាក់ទេ ?



DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES
Centers for Disease Control and Prevention

CDC
CENTERS FOR DISEASE CONTROL
AND PREVENTION

Khmer



**តើ មេរោគហ៊ីវ និង
អេដស៍គឺជាអ្វី
តើខ្ញុំអាចឆ្លងមេរោ
គនេះដោយវិធីណា ?**

ហ៊ីវ- គឺជាវីរូដែលសំលាប់កោសិការ របស់អ្នក
"កោសិការ CD4 ទាំងឡាយ" (ហៅថា T-
helper) ដែលជួយរាងកាយរបស់អោយអ្នកកំចា
ត់ជំងឺឆ្លង និង រោគដ៏ទៀត ។ មេរោគហ៊ីវ
អាចឆ្លង ពីមនុស្ស ម្នាក់ ទៅមនុស្សម្នាក់ទៀត
ប្រសិនបើ អ្នកមានអ្នកផ្ទុកមេរោគហ៊ីវ រួមភេទ
ឬក៏ ប្រើម្ជុលចាក់ថ្នាំជាមួយអ្នកដទៃទៀត ។
មេរោគហ៊ីវ អាចឆ្លងពីម្តាយ ទៅកូននៅពេល
ម្តាយមានផ្ទៃពោះ ឬ នៅពេលដែល ម្តាយសំរា
លកូន ឬក៏ឆ្លងតាមការបំបៅដោះកូន ។

**តើមេរោគអេ
ដស៍គឺជាអ្វី ?**

អេដស៍- គឺជារោគសញ្ញាជំងឺ ម្យ៉ាងដែលឆ្លងពេ
លដែលមេរោគហ៊ីវបំផ្លាញ ប្រព័ន្ធ កោសិការក
រពាររាងកាយរបស់អ្នក ។ ជាធម្មតា ប្រព័ន្ធ
ការពារមេរោគរបស់អ្នក ជួយកំចាត់នៅជំងឺ
ទាំងឡាយក្នុងខ្លួនអ្នក ។ នៅពេលដែល
ប្រព័ន្ធការពារ របស់អ្នកមិនអាចទ ប់ទល់បាន
អ្នកនឹងមានជំងឺ និង បណ្តាលអោយ ស្លាប់បាន ។

နေဝံ့မြို့

သီလက္ခဏာ

អំពី

មេរោគហ៊ីវ ?

រឿងដែលសំខាន់ ជាងគេនោះ គឺអ្នកត្រូវដឹងថា

តើអ្នកវិនិច្ឆ័យសច្ចលក្ខណ៍រាងកាយអ្នកដោយវិធី

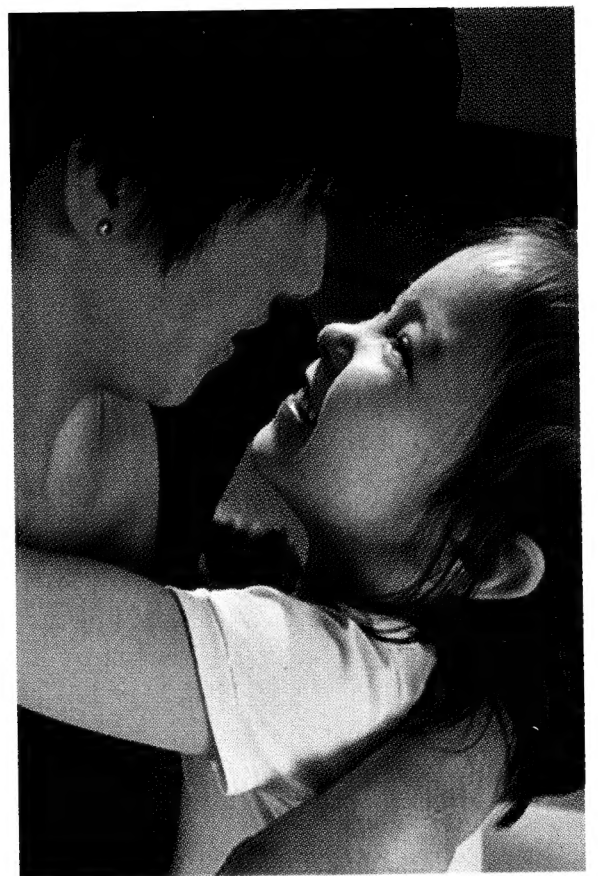
ဇနာ ၄

អ្នកឆ្លងមេរោគហ៊ីវតាម :

- គារួមភេទមិនមានការការពារ-រួមភេទដោយមិនប្រើស្រោមអនាម័យ ជាមួយ មនុស្សដែលមានផ្ទុកមេរោគហ៊ីវ ។ វីរុសអាច ឆ្លងតាមឈាម , ទឹកកាម , ឬ រន្ធយោនី ការបន្លឺមជ្ឈវិភេទ ឬក៏ចូលទៅក្នុងរាងកាយរបស់អ្នកដោយការ មុតបន្តិបន្តួច ឬ តាមដំបៅនៅលើស្បែករបស់អ្នក ឆ្លងតាមយោនី , លិង្គ, ឬចុងពោះវៀន , ឬតាមមាត់ ។

- ការប្រើម្ហូប និង សារាំង ចាក់ថ្នាំរួមគ្នា ឬក៏
ប្រើប្រាស់សំភារៈពេទ្យរួមគ្នាក្នុងការ
រៀបចំថ្នាំសំរាប់ចាក់
ជាមួយអ្នកដែលមានផ្ទុកមេរោគហ៊ីវ ។
- ការបញ្ចូលឈាមមុនឆ្នាំ 1985
បានមកពីនាក់មានមេរោគហ៊ីវ ។(ក៏ប៉ុន្តែ
បច្ចុប្បន្ននេះ វាមិនអាចឆ្លងតាមវិធី
នេះទៀតទេពីព្រោះឈាមនៅសហរដ្ឋអា
មេរិក ត្រូវបានគេធ្វើពិសោធន៍
អំពីមេរោគហ៊ីវ ចាប់តាំង ពីឆ្នាំ 1985
មកម្ល៉េះ) ។

ទារក ទាំងឡាយដែល ចាប់កំនើកក្នុងផ្ទៃម្តាយដែល
មានផ្ទុកមេរោគហ៊ីវ អាចឆ្លង កំឡុងពេលម្តាយ
មានផ្ទៃ ពោះ , ឬក៏ពេលសំរាលកូន ឬក៏
តាមការបំបៅដោះកូន ។



អ្នកមិនអាច ឆ្លងមេរោគហ៊ីវតាមករណីដូចខាង
ក្រោម :

- ធ្វើការជាមួយ
ឬនៅជាមួយអ្នកដែលផ្ទុកមេរោគហ៊ីវ ។

- ការចេញញើស , កំហាក, ទឹកភ្នែក , សំលៀកបំពាក់ , ឬ ទីកន្លែងដែល ប្រើ ប្រាស់ទឹកសាធារណៈ , ទូរស័ព្ទ , បង្គន់ , ឬ ក៏តាមរយៈ អាហារដែលបរិភោគ ជាមួយ គ្នារាល់ថ្ងៃ ។
- សត្វ ល្អិតខាំ ឬ ទិច ។
- ការផ្តល់ឈាម ។
- ការបឺតមាត់ ឬ ងើប (ប៉ុន្តែ វាមាន ឱកាសតិចតួចណាស់ក្នុង ការឆ្លងពីការ ងើបបឺតមាត់ គ្នា ដោយសារឈាមមានលទ្ធភាពទាក់ទង គ្នាបាន) ។

**តើខ្ញុំ
អាចការពារខ្លួន
ដោយវិធីណា ?**

- កុំប្រើប្រាស់ម្ហូប ឬក៏ សារាំង ចាក់ថ្នាំ ជាមួយគ្នា, សារធាតុគីមីសំរាប់ព្យាបាលរោគ , វិតាមីន , ឬក៏ ការចាក់សាក ឬ ដោយធ្វើអោយមុតសាច់ ។ គុំប្រើឧបករណ៍សំរាប់រៀចចំថ្នាំសំរាប់ចាក់រួមគ្នា ។ មនុស្សភាគច្រើនឆ្លងមេរោគអ៊ីវ រោគរលាកថ្លើម និង មេរោគផ្សេងៗ ទៀត តាមវិធីខាងលើនេះ ។ មេរោគ រស់នៅក្នុងម្ហូប ហើយ យកម្ហូបនេះ ចាក់មនុស្សផ្សេង វាអាចឆ្លងបាន ។

- វិធីទុកចិត្តបំផុតដើម្បីជៀសវាងពីការឆ្លងជំងឺកាមរោគ គឺត្រូវធ្វើការរួមភេទ ឬរៀបការជាមួយដៃគូមួយទល់នឹងមួយដែលធ្វើតិសល្យាមរួច ហើយ អ្នកដឹងថាគ្មានជំងឺកាមរោគ ។
- ចំពោះមនុស្សមានអាកប្បកិរិយារួមភេទអាចគ្រោះថ្នាក់ដល់ជំងឺឆ្លង ការប្រើប្រាស់ស្រោមអនាម័យ ត្រឹមត្រូវ និង ជាប្រចាំ អាចកាត់បន្ថយការឆ្លងជំងឺកាមរោគនេះបានដែរ ។ ទោះបីជាយ៉ាងណាក៏ដោយក៏គ្មានវិធីណាមួយអាចការពារមិនអោយឆ្លងមួយរយភាគរយបានទេ ។ ការរួមភេទដោយប្រើស្រោមអនាម័យក៏មានមិនអាចធានាថាមិនអោយឆ្លងបានដែរ ។ កាលណាអ្នក រួមភេទជាមួយអ្នកមានដៃគូច្រើន អ្នកមានឱកាសឆ្លងមេរោគហ៊ីវ ឬ ក៏ជំងឺផ្សេងៗក៏កាន់តែខ្លាំងដែរ ។
- ស្រោមអនាម័យដែលមានសារធាតុសំរាប់ការពារទីកាមរបស់ស្ត្រី មិនមានប្រសិទ្ធភាពជាងស្រោម អនាម័យដែលមានជាតិលំអិលការពារជំងឺហ៊ីវ និង ជំងឺកាមរោគដទៃទៀតដែរ ។ ដើម្បីប្រើស្រោម អនាម័យអោយមានប្រសិទ្ធិល្អ អ្នកត្រូវប្រើអោយបានត្រឹមត្រូវ និង ជាប្រចាំគ្រប់ពេលរួមភេទ ។ ការប្រើស្រោមមិនត្រឹមត្រូវអាចនាំអោយរហូ



ត ឬ បែក ដូច្នេះធ្វើអោយបាត់ ប្រសិទ្ធភាព
 ។ ការប្រើ ស្រោមមិនទៀតទាត់--- ឧទា
 ហរណ៍ មិនប្រើស្រោម ពេលរួមភេទ អាច
 ឆ្លងជំងឺកាមរោគបាន ពីព្រោះថាការឆ្លង
 នេះអាច កើត ឡើងក្នុងសកម្មភាពតែមួយនៃ
 ការរួមភេទ តែប៉ុណ្ណោះ ។

- កុំប្រើប្រាស់ឡាម ឬ ច្រាសដុសធ្មេញរួមគ្នា
 ពីព្រោះ ឈាមអាចមានលទ្ធភាព ទាក់ទង
 គ្នាបាន ។
- ប្រសិនអ្នកមានផ្ទៃ ពោះ អ្នកត្រូវពិភាក្សា
 ជាមួយគ្រូពេទ្យ ឬក៏ ជាមួយមន្ទីរ
 សុខាភិបាលក្នុងដំបងដែលរស់នៅនោះ
 ធ្វើការពិនិត្យអំពីមេរោគអ៊ីវ ។ ការ
 ព្យាបាលដោយថ្នាំអាចជួយកាត់បន្ថយឱកាស
 នៃការឆ្លង មេរោគអ៊ីវ ទៅកូន
 របស់អ្នក ប្រសិនបើអ្នកមានមេរោគ ។

**តើខ្ញុំអាចដឹងថាខ្ញុំ
 មានមេរោគអ៊ីវ**

ឬក៏

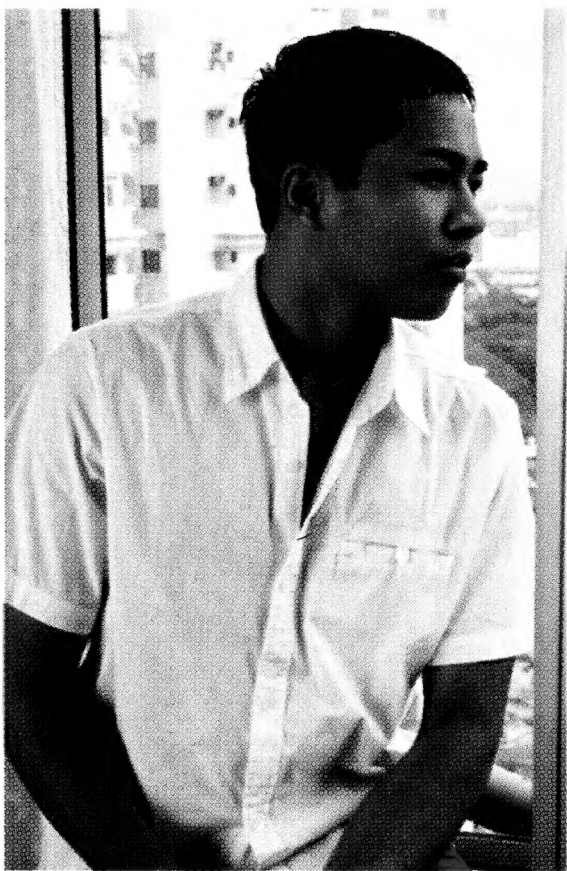
អេដស៍ដោយវិធីណា ?

អ្នកមានមេរោគអ៊ីវ ហើយអ្នកនៅតែមា
 នសុខភាពល្អដដែល ។ វិធីដែល អ្នកគួរដឹងថា
 តើមានមេរោគអ៊ីវ អត់ គឺធ្វើតេស្តឈាម ។
 គួរតែពិភាក្សា ជាមួយអ្នកមានចំណេះដឹងខា
 ងផ្នែកសុខភាពមុននឹងក្រោយពេលធ្វើតេស្ត ។ អ្នក
 អាច ជួបវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នក ឬក៏
 មន្ទីរសុខាភិបាល ដើម្បីធ្វើការត្រួតពិនិត្យ ឬក៏

ទិញឧបករណ៍ប្រើប្រាស់ផ្ទាល់ខ្លួន(ដើម្បីធ្វើពិសោ
ធន៍មេរោគហ៊ីវ) នៅតាមឱសថដ្ឋាន នានា ។ ក្រទី
កន្លែងពិគ្រោះយោបល់ ឬ ធ្វើតិសមេរោគហ៊ីវ
ឬក៏ ទូរស័ព្ទមក កាន់មន្ទីរសុខាភិបាល ឬក៏
ទូរស័ព្ទមកមជ្ឈមណ្ឌល CDC National AIDS
Hotline, at 1-800-342-AIDS (2437).

ត្រូវពេទ្យរបស់អ្នក ឬក៏ អ្នកថែរក្សាសុខភាព
របស់អ្នកអាចធ្វើការពិនិត្យ មេរោគហ៊ីវដោ
យសំងាត់ ។ ពត៌មាន ស្តីពីការពិនិត្យមេរោគ
ហ៊ីវ និង លទ្ធផល ឯនការត្រួតពិនិត្យសុខភាពរប
ស់អ្នកត្រូវរក្សាជាការសំងាត់ ។ពត៌មានអាចអោ
យដឹង ចំពោះតែមនុស្សដែលគេអនុញ្ញាតិអោយមើ
លកំណត់ហេតុនៃការត្រួតពិនិត្យសុខភាព របស់
អ្នកតែប៉ុណ្ណោះ ។ អ្នកអាចសួរទៅវិជ្ជបណ្ឌិតរប
ស់អ្នក អាចសួរអ្នកផ្តល់សេវា កម្មសុខភាព ឬក៏
សួរអ្នកពិគ្រោះយោបល់មេរោគហ៊ីវ នៅកន្លែងដៃ
លធ្វើតិស ដើម្បី អោយពន្យល់ថាតើអ្នក ណា
ខ្លះអាចដឹងពត៌មាននេះបាន ។ ឧទាហរណ៍
៖អ្នកចង់ សួរថា តើក្រុមហ៊ុនធានារ៉ាប់រង
របស់អ្នកអាចដឹងអំពីស្ថានភាពមេរោគហ៊ីវ
បានប្រសិនបើអ្នកទាមទារផលប្រយោជន៍នៃការ
ធានារ៉ាប់រងសុខភាព ឬក៏អ្នកដាក់ ពាក្យសុំក
រធានារ៉ាប់រងជីវិត ឬ ការធានារ៉ាប់រងស្តីពីពិ
ការភាពនៃសិរីរាង ។





តាមបណ្តារដ្ឋនានា អ្នកអាចធ្វើតិសដោយអនាមិក ។ ការធ្វើតិសនេះជាទូទៅ ធ្វើនៅកន្លែងពិសេសដែលគេដឹងថាកន្លែងធ្វើតិសជាសំងាត់ ។ ពេលដែលអ្នកធ្វើតិស អនាមិក នៅកន្លែងធ្វើតិស កត់លេខសំងាត់ឬលេខកូដជាមួយនិងលទ្ធផលតិសដោយមិនប្រាប់ឈ្មោះរបស់អ្នកទេ ។ អ្នកពិគ្រោះយោបល់ និង អោយលេខ សំងាត់នេះទៅនៅពេលដែលគេយកឈាម ទឹកមាត់ ឬក៏ទឹកនោមរបស់ទៅធ្វើតិស ហើយអ្នកត្រឡប់មកកន្លែងធ្វើតិសវិញ (ឬក៏ទូរសព្ទ មកកន្លែងធ្វើតិស ឧទាហរណ៍ ចង់បានរបស់របរប្រើប្រាស់សំរាប់ធ្វើតិសខ្លួន) ហើយអោយលេខសំងាត់ ឬ អោយលេខកូដទៅគេ ដើម្បីយកលទ្ធផលតិសរបស់អ្នក ។

អ្នកទំនងជាធ្វើតិសទៅឃើញវិជ្ជមានមេរោគហ៊ីវ ច្រើនជាងអវិជ្ជមាន ប្រសិនបើអ្នក

- ប្រើប្រាស់ម្ជុល ឬ ស៊ីរ៉ាំងចាក់ថ្នាំរួមគ្នា
- រួមភេទដោយមិនប្រើស្រោមជាមួយអ្នកដែលផ្ទុកមេរោគហ៊ីវ

- មេរោគដែលចំលងតាមការរួមភេទ ដូចជា ជំងឺ ខ្លាមមិដឌី ឬក៏ ប្រមេរ
- បញ្ចូលឈាម ឬក៏ប្តូរឈាមចន្លោះឆ្នាំ ១៩ ៧៨ និង ១៩៨៥ និង
- រួមភេទជាមួយអ្នកដែលមានប្រការណាមួយ ខាងលើ ។

តើខ្ញុំធ្វើដូចម្តេចប្រសិនបើខ្ញុំធ្វើតិចឬ ឃើញមានមេរោគហ៊ីវ?

ទោះបីជាហ៊ីវជាមេរោគឆ្លង ដ៏សាវ័យ៉ាងណាក៏ដោយ ក៏ការផ្ទុកមេរោគហ៊ីវ និង អេដស៍ អាចរស់នៅបានយូរ និងមានសុខភាពល្អនៅពេលបច្ចុប្បន្ននេះ ក៏សូមអគុណ ជំពោះការព្យាបាលបែបថ្មី និង ដ៏មានប្រសិទ្ធភាព ។

វាសំខាន់ណាស់ ត្រូវមាន វេជ្ជបណ្ឌិត ដែលចេះព្យាបាលជំងឺហ៊ីវ ប្រសិន បើអ្នកមិនដឹងវិជ្ជបណ្ឌិតណាដែលចេះ ព្យាបាល ត្រូវពិពិភាក្សាជាមួយអ្នកពិគ្រោះយោបល់ ដែលមានឯកទេសខាងថែ ទាំសុខភាព ឬ អ្នកពិគ្រោះយោបល់ដែលមានការហ្វឹកហ្វឺន ខាងមេរោគហ៊ីវ ។

ប្រសិនបើអ្នកមានផ្ទៃពោះ ឬក៏ គ្រោងនឹងមានផ្ទៃពោះ ចូរធ្វើការពិភាក្សាជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតព្រោះវាសំខាន់ខ្លាំងណាស់ ។

កត្តាមួយចំនួន ទៀតដែលជួយអោយខ្លួន មានសុខភាពល្អ ដូចខាងក្រោមនេះ ៖



- ធ្វើតាមការណែនាំរបស់វេជ្ជបណ្ឌិត ។ ណាត់ជួបជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិត ។ វេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នកអាចចេញវេជ្ជបញ្ជា សំរាប់អ្នកទិញថ្នាំ ។ ញាំថ្នាំតាម វិធីដែលវេជ្ជបណ្ឌិតណែនាំអ្នក ពីព្រោះការញាំថ្នាំខ្លះ អាចធ្វើអោយ មេរោគហ៊ីវអាចរីកលូតលាស់ថែមទៀតក៏មាន ។
- ត្រូវធ្វើអោយមានប្រពន្ធបន្សំមេរោគដើម្បីការពារការឆ្លងមេរោគ ដូចជា ជំងឺហើមស្បូត និង គ្រុនក្តៅ ។ វិជ្ជបណ្ឌិតនិងប្រាប់ពេលវេទ្យាអ្នកហូបថ្នាំធ្វើអោយមានប្រពន្ធបន្សំមេរោគ
- ប្រសិនបើអ្នកជក់បារី និង ប្រើប្រាស់ថ្នាំដែលគ្មានវិជ្ជបញ្ជាពីគ្រូពេទ្យ ត្រូវឈប់ ។

- ញាំអាហារដែលនាំអោយមានសុខភាពល្អ ។
អាហារនេះនឹងជួយអោយ អ្នក មានកំលាំងខ្លាំងក្លា ធ្វើអោយរាងកាយអ្នកមានថាមពល ឡើងទំងន់ និងជួយរាងកាយអ្នកឈ្នះជំងឺបាន ។
- ការហាត់ប្រាណអោយបានទៀតទាតធ្វើអោយអ្នកមានកំលាំងខ្លាំង និង រាងស្អាត ។
- ដេក និង សំរាកអោយបានគ្រប់គ្រាន់ ។

**តើខ្ញុំដឹងពីមេរោគហ៊ីវ និង
អេដស៍តាមវិធីណាខ្លះ?**

អ្នកអាចទូរសព្ទទៅសួរ នៅ ជំនុំជំនាញ ណាត្រីនាវ វីឌ្យូ លេខ ១-៨០០-៣៤២-២៤៣៧(ភាសាអ៊ីសប្លាញលេខ ១-៨០០-៣៤៤-៧៤៣២, ទទួលលេខ ១-៨០០-២៤៣-៧៨៨៩៩) អ្នកទទួលទូរសព្ទជាបុគ្គលិកដែល មានការហ្វឹក ហ្វឺនហើយអាចឆ្លើយ សំនួរ ដែលទាក់ទងទៅជំងឺហ៊ីវ និងអេដស៍យ៉ាងឆាប់រហ័ស និង ជាសំងាត់ ។

បុគ្គលិកប្រចាំការអាចចែកឯកសារទាក់ទងជំងឺនេះទៅអ្នក និង អាចជួយអ្នកអោយមានការទំនាក់ទំនងជាមួយអង្គការខាងផ្នែកជំងឺ ហ៊ីវ និង អេដស៍បានទៀតផង ។

តាមប្រព័ន្ធអ៊ីនធឺណិត អ្នកអាចទទួលព័ត៌មានពី
CDC Division of HIV/AIDS Prevention
<http://www.cdc.gov/hiv/dhap.htm>

ប្រភពព័ត៌មានដទៃទៀត

អាចទទួលតាម វិបសាយការពារជាតិ **CDC**,
<http://cdcnpin.org> ឬក៏ សេវាកម្មព្យាបាល
ជំងឺអេដស៍ និង ហ៊ីវ <http://www.hivatis.org>



AIDS Quilt



ព័ត៌មានបន្ថែមចំពោះការរស់នៅដោយមានផ្ទុកមេរោគអ៊ីវ និង អេដស៍

រួមទាក់ទងមជ្ឈមណ្ឌលខាងក្រោមនេះ:

មជ្ឈមណ្ឌលអេដស៍ជាតិ CDC

ជាភាសាអង់គ្លេស (៨០០) ៣៤២-AIDS (២៤៣៧)
(២៤ម៉ោងក្នុងមួយថ្ងៃ)

ជាភាសាអេស៉្បាញ (៨០០) ៣៤៤-SIDA (៧៤៣២)
(ចាប់ពីម៉ោង៨ព្រឹក ដល់ ២ ព្រឹក EST)
(ដោយរាប់បញ្ចូល STDS)

TTY (៨០០) ២៤៣-៧៨៨៩
(ថ្ងៃ ឬក៏ ត្រចៀកធ្ងន់)
(ពីថ្ងៃច័ន្ទដល់ ថ្ងៃសុក្រ
ពីម៉ោង១០ព្រឹក-១០យប់EST)

ផ្តល់ជូនឯកសារដោយមិនគិតកម្រៃ

បណ្តាញមជ្ឈមណ្ឌលជាតិការពារព័ត៌មាន CDC
ទូរស័ព្ទក្នុងស្រុក (៨០០) ៤៥៨-៥២៣១
ទូរស័ព្ទអន្តរជាតិ ១-៣០១-៥៦២-១០៩៨
ប្រអប់សំបុត្រលេខ P.O. 6003
Rockville, MD 20849-6003

ព័ត៌មានប្រាបាលមេរោគ អ៊ីវ និង

អេដស៍ឥតយកកម្រៃ:

សេវាកម្មផ្តល់ព័ត៌មានប្រាបាលមេរោគអេដស៍ (ACTIS)
ទូរស័ព្ទ (៨០០) ៤៤៨-០៤៤០

គីនីផ្តល់ថ្នាំព្យាបាលសាកល្បង

សេវាកម្មព័ត៌មានប្រាបាលសាកល្បង (ACTIS)
ទូរស័ព្ទ (៨០០) ៨៧៤-២៥៧២

ផលប្រយោជន៍សន្តិសុខសង្គម :

ផ្នែករដ្ឋបាលសន្តិសុខសង្គម ទូរស័ព្ទ
(៨០០) ៧៧២-១២១៣
(អ្នកអាចស្នើសុំដោយផ្ទាល់ដើម្បីទទួលយកផលប្រយោ
ជន៍ស្តីពីការចូលនិវត្តន៍ ,ពិការភាព
ផលប្រយោជន៍សំរាប់រស់នៅក្នុងកំណត់ត្រា
សន្តិសុខសង្គមរបស់អ្នក) ។

កម្មវិធីធានារ៉ាប់រងសុខភាពកុមារ

១-៨៧៧-KIDS NOW

(១-៨៧៧-៥៤៣-៧៦៦៩)

CDC Division of HIV/AIDS
Prevention Internet address:

<http://www.cdc.gov/hiv/dhap.htm>

ធ្វើការកែប្រែ : ខែមិនា ឆ្នាំ ២០០០

មជ្ឈមណ្ឌលជាតិត្រួតពិនិត្យជំងឺ និង ការពារ

មជ្ឈមណ្ឌលជាតិការពារ មេរោគអ៊ីវ , រូទឡានដ ទព

កម្មវិធីការពារមេរោគអ៊ីវ និង មេរោគអេដស៍

សូមផ្ញើអនុសាសន៍ សំនូមពរ និង សំនើ មកអ៊ីមែល:

hivmail@cdc.gov